



**Neuroéducation : Comprendre le cerveau pour
mieux enseigner au XXIème siècle**

Sous la coordination de :

Pr Mahamat Alhadji (MC/HDR)

Dr Rasmata Bakyono Nabaloum (MC/CAMES)

Tous droits de reproduction, de traduction et d'adaptation
réservés pour tous les pays.

No part of this book may be reproduced in any form by print,
photo-print, microfilm or any other means without written
permission from the publisher.

Titre : Neuroéducation : Comprendre le cerveau pour
mieux enseigner au XXIème siècle
© By Guiguess Editions, 2025

ISBN : 978-9956-466-26-9

Infographie et montage : *Guiguess Creator*

Photographie de la jaquette : Getty Images

Imprimeur : DILANE (Yaoundé)

Distributeurs : DILICOM (Distributeur international),
Librairie Guiguess (Moulvoudaye),...

Monographie : 121 – X 1 P ; 20cm

Siège social : Bâtiment blanc en face de l'hôtel de ville de
Moulvoudaye, Moulvoudaye – EN- Cameroun

Appels et WhatsApp : +237 695 623 027 / +237 651 856 030

Courriel : guiguesseditions@gmail.com

Site-Web: www.guiguesseditions.com

SOMMAIRE

Introduction générale Neuroéducation : **Comprendre le cerveau pour mieux enseigner entre les neurosciences et les sciences de l'éducation.**

(Mahamat Alhadji et Rasmata Bakyono Nabaloum) 6

Axe 1 : bases neurobiologiques de l'apprentissage 21

Chapitre 1 : principes cérébraux dans les apprentissages : sortir des déterminismes biogénétiques **(Manga Anne Marie Blanche et Tsanga Jules Marie)** 22

Chapitre 2 : impact de la neuroéducation sur la réduction de la stigmatisation envers les élèves ex-associés à Boko Haram dans les écoles primaires des Monts Mandara **(Mamtsai Yagai)** 33

Axe 2 : impact des émotions sur l'apprentissage 50

Chapitre 3 : stratégies pédagogiques et intégration des émotions dans l'apprentissage des adolescents de Kousséri, Cameroun **(Hassana Sali Gombo)** 51

Chapitre 4 : effet du "coping power program for children" sur la santé mentale des enfants présentant un bégaiement dans un contexte éducatif inclusif **(Lienou Mitérand)**

Axe 3 : plasticité cérébrale et ses implications éducatives 79

Chapitre 5 : impact des neurosciences sur les pratiques d'éducation inclusive : Vers une personnalisation de l'apprentissage pour tous les élèves, le cas des élèves réfugiés et ex-détenus mineurs scolarisés de la région de l'extrême-nord du Cameroun **(Djakba Albert et Haman Palai Vincent)** 80

Chapitre 6 : environnement d'apprentissage collaboratif et niveau d'implication des étudiants dans les tâches attentionnelles **(Nkelzok Komtsidi Valère, Daibé Jermias et Batikalak Serge-André)** 97

Chapitre 7 : intervention comportementale précoce intensive et acquisition de l'autonomie motrice et cognitive chez les enfants présentant un trouble du spectre autistique : cas des enfants âgés de 3 à 10 ans de deux centres d'éducation spécialisée de la ville de Yaoundé **(Chaffi Cyrille Ivan et Manekeng guinpea Audrey)**

110

Chapitre 8 : performances scolaires des élèves hôtes et déplacés internes dans l'éducation en situation d'urgence dans la commune de Ouahigouya **(Meda Anissé Domètièro et Rasmata Bakyono Nabaloum)** 122

Axe 4 : différences individuelles dans l'apprentissage 135

Chapitre 9 : élever des enfants d'immigrés camerounais au Royaume-Uni : une analyse des enjeux éducatifs face à la perte de valeurs africaines **(Bruno Joel Tocke Ngamen, Marie Chantal Ntjam et Makadji Etienne Aquilas)** 136

Axe 5 : utilisation de la technologie dans l'éducation basée sur les neurosciences 145

Chapitre 10 : intégration de l'Intelligence Artificielle (IA) et optimisation des performances académiques : Cas de l'École Nationale Supérieure des Technologies de l'Information et de la Communication (ENASTIC) de N'Djamena **(Mahamat Alhadji et Dagué Abraham)** 146

Chapitre 11 : ciné-théâtre participatif : Un outil transformateur pour diffuser la Neuro-Éducation en Afrique subsaharienne **(Tchived félix)** 159

Axe 6 : rôle de la métacognition dans le processus d'apprentissage 174

Chapitre 12 : flexibilité cognitive et adaptation scolaire des élèves du secondaire en situation post-crise à l'Extrême-Nord du Cameroun **(Guibai Ernest)** 175

Chapitre 13 : stratégies métacognitives et efficacité attentionnelle dans une tâche d'apprentissage **(Nkelzok Komtsidi Valère, Daibé Jermias, Essuan Biyon Marie Laurence et Bebey Bougna Lydienne Hilda)** 189

Axe 7 : relation entre sommeil, mémoire et apprentissage 198

Chapitre 14 : niveaux de conscience et efficience mnésique dans les tâches d'apprentissage (Nkelzok Komtsidi Valère et Daibé Jermias)	199
Axe 8 : influence du stress sur le rendement scolaire	209
Chapitre 15 : impact du stress sur la motivation scolaire des élèves issus de milieux défavorisés : une étude neuroéducative (Makadji Etienne Aquilas)	210
Chapitre 16 : stress et rendement académique des étudiants de l'École Normale Supérieure de Maroua au Cameroun (Mbezelé Levodo Germain)	219
Chapitre 17 : stratégies d'ajustement au stress et efficience émotionnelle dans la gestion des tâches d'apprentissage chez les étudiants de psychologie de l'Université de Garoua (Nkelzok Komtsidi Valère et Daibé Jermias)	233
Chapitre 18: stress en milieu universitaire et acquisition des connaissances: Cas des étudiants de la Faculté des Arts, Lettres et Sciences Humaines de l'Université de Maroua (NgazagaiKelai Maximiliein)	252
Chapitre 19 : impact du stress chronique sur les apprentissages scolaires et le bien être des élèves de l'école primaire (Ngouet Marie Claire et Ebalé Monezé Chandel)	258
Chapitre 20 : stress, rendement scolaire et stratégies de gestion des élèves-Professeurs au Cameroun (Rodrigue Mbwassak)	273
Axe 9 : approches interdisciplinaires en neuroéducation	282
Chapitre 21 : écoles coraniques et éducation à la citoyenneté en contexte de crise sécuritaire (Boukar Margaza)	283
Chapitre 22 : utilisation des méthodes de formation variees in situ et construction des savoirs : cas pratique des enseignants des ENIEG du Cameroun (Sidoline Demgné et Daouda Maingari)	298
Chapitre 23 : enjeux et défis du développement socioéconomique dans le Département du Diamaré à l'Extrême Nord du Cameroun : acteurs et réalisations (Bahané Sabine et Pahimi Patrice)	311
Chapitre 24 : encadrement socioéducatif en milieu carcéral : Un tremplin du désistement criminel des ex détenus du Nord-Cameroun (Nyebé Lydie Florence)	322
Axe 10 : Évaluation formative basée sur les neurosciences	333
Chapitre 25 : faible sentiment d'efficacité personnelle en statistique chez les enseignant.e.s dans les ENIEG au Cameroun sous le prisme du genre (Teague Tsopgny Armel Valdin et Wamba André)	334
Chapitre 26 : stratégies neuro-éducatives des enseignants et développement des compétences cognitives des élèves en mathématiques : une étude menée sur les établissements secondaires de Garoua 2ème dans la Région du Nord-Cameroun (Mahamat Alhadji et Ibrahima Baba)	346
Conclusion Générale (Mahamat Alhadji et Rasmata Bakyono Nabaloum)	374
Biographie des auteurs	377

Équipe de coordination

Supervision : Gaya Esau, Directeur de la maison d'édition *Guiguess Editions*, Cameroun, guiguesseditions@gmail.com

Coordination :

- Pr Mahamat Alhadji (MC/HDR), Université de Garoua, Cameroun, mahamatalh@gmail.com
- Dr Rasmata Bakyono Nabaloum (MC/CAMES), Université Joseph Ki-Zerbo, Burkina Faso, rasbakyono@yahoo.fr

 **Directeur de publication :** Makadji Étienne Aquilas, Université de Maroua, Cameroun, makadjiet@gmail.com

Comité de rédaction et de lecture

M. Aïkpe Florent
M. Bigued
M. Beyi Wendgoudi Appolinaire
M. Yao Kouakou Albert
M. Yaya Traoré

Comité scientifique

Pr Bachir Bouba, Université de Maroua, Cameroun
Pr Coulibaly Bernard, Université de Mulhouse, France
Pr Djeumeni Tchamabé Marcelline, Université de Yaoundé 1, Cameroun
Pr Djibo Hassoumi, Université Boubakar Ba de Tillabéri, Niger
Pr Galy Mohamadou, Université de Ngaoundéré, Cameroun
Pr Gutierrez Laurent, Université Paris Nanterre, France
Pr Mahamat Alhadji (MC/HDR), Université de Garoua, Cameroun
Pr Menyé Nga Germain Fabrice, Université de Ngaoundéré, Cameroun
Pr Ngwa Vandelin, Université de Yaoundé 1, Cameroun
Pr Oyono Tadjidjé Michel, Université de Ngaoundéré, Cameroun
Pr Prévôt Olivier, Université de Grenoble, France
Dr Rasmata Bakyono Nabaloum, Université Joseph KI-ZERBO, Burkina Faso

Axe 8 : influence du stress sur le rendement scolaire

Chapitre 20 : stress, rendement scolaire et stratégies de gestion des élèves-Professeurs au Cameroun

Rodrigue Mbwassak

Université de Bertoua
rodriguembwassak@yahoo.fr

Résumé : La littérature sur le stress en milieu scolaire s'est davantage intéressée à l'influence du stress sur la concentration, la mémorisation, et l'apprentissage, ignorant son impact sur le rendement scolaire. La présente recherche consiste à vérifier en quoi est-ce-que le stress affecte le rendement scolaire des élèves professeurs de l'Ecole normale Supérieure de Bertoua. Il s'agit aussi d'identifier les (types de) stratégies que ces élèves-professeurs adoptent pour faire face au stress et aux émotions négatives qu'ils ressentent. Une collecte des données par entretien semi-dirigé a été effectuée auprès de 20 élèves-professeurs finissants des niveaux 3 et 5 de treize filières de l'école normale supérieure de Bertoua. Les résultats révèlent que le stress lié à la charge de travail scolaire, le stress lié aux examens et aux évaluations ; et le stress lié à la pression des attentes ont des conséquences négatives importantes sur le rendement scolaire de ces élèves notamment en ce qui concerne le développement des compétences. De plus pour faire face au stress négatif, les élèves professeurs de l'école normale supérieure de Bertoua adoptent une diversité de stratégies à l'instar de la détente active, du soutien social et du travail cognitif.

Mots clés : Stress, rendement scolaire, stratégies de gestion, élèves-professeurs, Cameroun

Abstract: The literature on stress in educational settings has primarily focused on the impact of stress on concentration, memorization, and learning, overlooking its effect on academic performance. This research aims to investigate how stress affects the academic performance of student-teachers at the Higher Teachers' Training College of Bertoua. It also seeks to identify the types of strategies these student-teachers adopt to cope with stress and negative emotions. A semi-structured interview data collection was conducted with 20 graduating student-teachers from levels 3 and 5 across thirteen programs at the Higher Teachers' Training College of Bertoua. The results reveal that stress related to academic workload, exams and evaluations, and pressure from expectations have significant negative consequences on the academic performance of these students, particularly in terms of skill development. Furthermore, to cope with negative stress, student-teachers at the Higher Teachers' Training College of Bertoua adopt a variety of strategies, including active relaxation, social support, and cognitive work.
Keywords: stress, academic performance, coping strategies, student-teachers, educational settings.

Introduction

La présente recherche est intitulée stress, rendement scolaire et stratégies de gestion des élèves-professeurs au Cameroun. Elle part du constat selon lequel le

stress est devenu un phénomène courant dans les milieux scolaires, en particulier chez les élèves-professeurs qui sont soumis à des pressions multiples pour réussir leurs études et devenir enseignants. De plus les élèves-professeurs de dernière année de formation (niveaux 3 et 5) des écoles normales au Cameroun ne semblent pas tout à fait vivre leur scolarité de manière sereine. En effet c'est souvent une année de transition ponctuée de beaucoup de bouleversements. Ils sont souvent partagés entre les cours théoriques, la rédaction d'un mémoire de fin de formation pour les niveaux 5 et le stage pratique. Selon Alter (2012) le stress peut avoir des conséquences négatives sur le rendement scolaire, la santé mentale et le bien-être général des élèves. Pour Lormant (2018), le stress chronique altère le fonctionnement de la mémoire.

1. Cadre théorique

Le stress a, d'une façon assez générale, un effet délétère sur la mémoire hippocampo-dépendante comme la mémoire spatiale. Les exigences et les attentes cumulatives sur les plans académique et social et dans les activités parascolaires, peuvent souvent générer le sentiment d'être dépassé par les événements. C'est sans doute ce qui fait dire à Kazimi (2019) que, l'avenir scolaire et professionnel, l'école et le culte de la performance semblent stresser davantage les élèves que des aspects physiques (p.ex. acné ou transformation corporelle) ou sociaux (p.ex. ne pas avoir de petit ami). Pour Bavoux (2010) les exigences scolaires peuvent être source de stress et de mal-être. Wolf (2008) pour sa part estime que le stress chronique et élevé a la réputation d'altérer la santé mentale et physique.

D'autres auteurs comme Kromann et al (2010) dénoncent comme atteinte à l'éthique, le fait d'utiliser le stress comme un instrument pour favoriser l'apprentissage en créant un environnement menaçant pour les apprenants. Allant dans le même sens Alter (2012) fait observer que « Certains psychologues croient que les jeunes d'aujourd'hui vivent plus de stress que les jeunes des générations précédentes et ont moins accès à un soutien social ». Les différents facteurs du stress relevés par ces auteurs ont de nombreux effets négatifs sur le fonctionnement du cerveau et sur l'apprentissage. Or les enfants vont à l'école pour apprendre, et l'apprentissage se fait dans le cerveau.

Au regard des effets négatifs que subissent les élèves stressés au cours de leur formation, les chercheurs en sciences de l'éducation et en neuroéducation ne sauraient rester indifférents, eux qui se préoccupent des conditions par lesquelles un meilleur enseignement et un meilleur apprentissage peuvent être optimisés. C'est dans cet optique que nous avons trouvé ce sujet digne d'intérêt pour une recherche. L'objectif de cet article consiste donc à identifier les principaux types de stress qui affectent les élèves en milieu scolaire, analyser leurs effets sur les rendements scolaires et proposer des stratégies qui peuvent aider ces derniers à y faire face.

2. Méthodologie

Collecte des données

Cette recherche s'appuie sur une collecte des données qualitatives par le biais d'un guide d'entretiens conduit pendant la période allant du 07 au 17 février 2025 auprès des élèves professeurs de niveau 3 et 5 (finissants) de treize filières de l'Ecole Normale Supérieure de Bertoua (ENSB). Nous avons réalisé 20 entretiens semi directifs avec les étudiants de ces filières se présentant comme étant menacé d'un

niveau stress élevé depuis le début de l'année académique 2024/2025. Nous avons veillé à assurer la diversité théorique de notre échantillon en interrogeant autant d'élèves professeurs du genre masculin que ceux du genre féminin.

Ces entretiens de face à face avaient une durée qui variait entre 15 et 20 minutes et portaient sur trois thèmes à savoir : les principaux types de stress négatif que vivent nos interviewés, comment chacun des types de stress affectent le fonctionnement du cerveau et le développement des compétences et enfin l'identification des stratégies de gestion du stress mises en place par les victimes pour y faire face. Nous avons mis un terme aux entretiens à partir du moment où nous n'arrivions plus à recueillir des informations supplémentaires (Gavard-Perret et al., 2012). Ceci signifiant que nous avons atteint le seuil de saturation. Le tableau suivant nous présente les caractéristiques des personnes interrogées.

Tableau 1 : caractéristiques des personnes interrogées

Noms	Âges	Genre	Filière	Niveau
<i>Joelle</i>	21	F	Lettres modernes françaises	3
<i>Nathan</i>	23	M	Sciences de l'éducation	3
<i>Benjamin</i>	25	M	Sciences de la terre et de l'environnement	5
<i>Ernest</i>	22	M	Sciences de la vie	3
<i>Erico</i>	27	M	Mathématiques	5
<i>Franck</i>	22	M	Géographie	3
<i>Mohamadou</i>	25	M	Lettres bilingues	5
<i>Etienne</i>	23	F	Physique	3
<i>Mathurine</i>	30	F	Chimie	5
<i>Célestine</i>	27	F	Géographie	5
<i>Alain</i>	28	M	Informatique	5
<i>Honorine</i>	26	F	Langues et culture nationale	5
<i>Franck</i>	27	M	Conseiller d'orientation	5
<i>Junior</i>	28	M	Mathématiques	5
<i>Diane</i>	29	F	Espagnole	5
<i>André</i>	24	M	Philosophie	3
<i>Falone</i>	21	F	Allemand	3
<i>Jocelyne</i>	24	F	Histoire	3
<i>Henriette</i>	22	F	Chinois	3

Analyse des données

L'analyse de contenu qui a suivi la phase des entretiens a été conduite suivant la procédure proposée par Bardin (1977) qui passe par trois étapes : la pré analyse (ou retranscription des données), l'exploitation du corpus (ou codage des données) et le traitement des résultats. Nous avons procédé à un codage ouvert car les codes (ou catégories) ont tous été définis à postériori. La catégorisation consiste à repérer les sous-thèmes et les mots-clés qui apparaissent le plus fréquemment avant même de les coder. Paillé et Mucchielli (2012) définissent la catégorie comme « une production textuelle se présentant sous forme d'une brève expression et permettant de dénommer un phénomène perceptible à travers une lecture conceptuelle d'un matériau de recherche. À la différence de la « rubrique » ou du « thème », elle va au-delà de la désignation de contenu pour incarner l'attribution même de la signification ».

Description de l'échantillon

Notre échantillon est constitué à 50% d'hommes et à 50% de femmes, la parité est respectée. Les élèves professeurs interviewés vivent tous seuls, chacun dans une chambre soit dans une concession, soit dans une mini-cité. Ils sont tous auditeurs libres et appartiennent majoritairement à la catégorie des millenials (âge compris entre 21 et 31 ans) qui se distinguent par leur aptitude à vivre seul dans un environnement étranger et de formation. Les résultats sont structurés en fonction de leur significativité à la suite de l'analyse de contenu au regard de la problématique de notre recherche. Des verbatims qui nous semblent les plus illustratifs seront repris dans la présentation desdits résultats.

3. Résultats et discussion

État des lieux du stress chez les élèves-professeurs

Lors de nos entretiens, nous avons pu identifier une convergence dans la nature des types de stress qui affectent les élèves professeurs de l'Ecole Normale Supérieure de Bertoua. S'agissant des types de stress qui affectent le plus ces apprenants, il ressort que ces élèves souffrent plus du stress lié à la charge de travail scolaire, du stress lié aux évaluations et aux examens ; et du stress lié à la pression des attentes. Pour ce qui est du stress lié à la charge de travail, il est ressenti par 40% de notre échantillon. Les élèves finissants victimes de ce type de stress estiment être submergés par trop de travail scolaire, notamment la participation au cours tous les jours de lundi à vendredi, l'apprentissage des matières enseignées, la rédaction d'un mémoire de fin de formation et les travaux de groupe avec les camarades de classe. Les propos suivants soulignent cet état de fait :

Je vis une pression et un stress sans nul autre pareil, je dois aller au cours tous les jours et rentrer le soir étudier. Parfois je dois préparer les exposés que nous allons présenter en salle. Comme si cela ne suffisait pas le week-end je dois présenter l'état d'avancement de mon travail de recherche à mon directeur qui est très exigeant, et le pire c'est que la plupart des week-ends cette année, un professeur au moins programme un cours

de rattrapage alors que c'est le moment de reposer son cerveau et de s'apprêter pour la semaine qui va suivre.

D'après ces élèves professeurs le travail scolaire est une source de stress qui peut être qualifié de chronique au regard de la perception qu'ils ont des activités à eux destinées. Bavoux (2010) était déjà parvenu à de tels résultats lorsqu'il faisait observer que « les exigences scolaires peuvent être source de stress et de mal-être » des élèves d'une part et des enseignants d'autre part.

De plus en dehors du stress lié à la charge de travail que nous pouvons qualifier de stress chronique (stress persistant et de longue durée), nous avons noté qu'effectivement plusieurs pressions stressantes existent dans ce contexte de formation. Cela peut se justifier par le fait que faute d'assez de temps et au regard du calendrier académique surchargé pour les finissants, enseignants et directeurs de mémoire courent vers l'atteinte de leurs objectifs puisque les élèves-professeurs doivent aller passer deux mois en stage pratique dans les établissements scolaires du primaire et du secondaire.

Pour ce qui est du stress lié aux évaluations et aux examens de fin de formation, il est vécu par 35% de nos répondants. De ces 35%, une partie, soit 15% est affectée par le stress des contrôles continus et la peur de ne rien connaître pour l'examen certificatif, pendant que les 20% restant sont stressés par la rédaction de leur mémoire et de l'issu qui sera donné à leur soutenance. Les propos suivants soulignent à suffisance la présence du stress aigu (stress intense et de courte durée) des contrôles continus et de l'examen certificatif chez ces élèves :

Les contrôles continus sont très fréquents et cela me stresse énormément, je me sens constamment sous pression comme si mon cerveau et ma mémoire sont saturés. Je ne sais même pas ce que je vais écrire à l'examen final, j'ai peur de perdre mon année et les 200 mils francs de pension que ma mère a payés »

En ce qui concerne la rédaction des mémoires de fin de formation, le stress qui menace ces élèves-professeurs est assez bien illustré par ces propos « nous sommes à trois mois de nos soutenances et je n'ai même pas encore terminé le premier chapitre de mon mémoire. Malgré mes efforts, tout ce que j'écris mon directeur me demande de reprendre. Je suis dépassé, je crains de ne pas l'achever cette année, c'est comme si je n'ai pas de niveau ».

Le stress lié aux contrôles continus et aux examens est effectivement présent dans la vie de certains élèves-professeurs. Ils n'arrivent plus à se concentrer car ils sont sous la pression d'être constamment évalués alors qu'ils doivent en même temps préparer l'examen final. C'est certainement cet état des faits qui fait dire à Lhote (2021, p. 1) que le système scolaire est source de malaise pour les élèves, ce qui peut influencer sur leurs résultats. Ce phénomène qui touche les jeunes étudiants est globalement sous-estimé par l'ensemble de la population alors qu'il représente un frein à l'apprentissage et au développement des compétences de ces travailleurs de demain.

Notre enquête a aussi révélé que 25% de notre échantillon souffre du stress lié aux attentes. Ces élèves-professeurs voudraient à tout prix réussir leur examen et avoir une bonne mention lors des soutenances publiques des mémoires de fin de formation pour leur propre fierté et pour satisfaire aux attentes de leurs parents et de

leurs enseignants. Seulement face aux multiples exigences académiques, ces derniers craignent ne pas atteindre le niveau de satisfaction souhaité ou décevoir tous ceux qui attendent beaucoup d'eux, ce qui les stress. En tout cas c'est ce qui ressort clairement des propos de cet élève-professeur « je me sens très anxieux à l'idée de ne pas réussir, je crains de ne pas avoir la mention que je souhaite et surtout ne pas satisfaire les attentes de mes parents et de mes enseignants malgré le fait que je passe des heures supplémentaires à étudier ». Le tableau qui fait suite présente de façon synthétique les types de stress subi par ces élèves, ainsi que la perception du niveau de la menace.

Tableau 2 : Types et niveau de stress subi par les élèves-professeurs

Types de stress	Niveau	% Echantillon
Stress lié à la charge de travail scolaire	Chronique	40%
Stress lié aux évaluations et aux examens	Aigu	35%
Stress lié à la pression des attentes	Chronique	25%

Comme on peut le constater, 65% de notre échantillon est victime d'un stress chronique, pendant que 35% subissent un stress aigu, ce qui a une incidence négative sur le développement de leurs compétences cognitives, pédagogiques et de créativité.

Impact du stress sur le développement des compétences

Les entretiens faits, nous ont permis de faire une analyse sur les incidences du stress sur le rendement scolaire en ce qui concerne le développement des compétences par les élèves qui en subissent. A la lumière des résultats de l'enquête de terrain, il apparaît clairement que le stress lié à la charge de travail scolaire, le stress lié aux examens et aux évaluations ; et le stress lié à la pression des attentes ont un impact négatif sur le développement des compétences cognitives, le développement des compétences pédagogiques et sur le développement des compétences de créativité.

Pour ce qui est du développement des compétences cognitives, il renvoie à la capacité à assimiler les connaissances scolaires, à analyser et à évaluer les informations complexes, à résoudre des problèmes de manière critique et créative, à réfléchir de manière métacognitive et à développer des arguments et des raisonnements solides. A cet effet pour certains répondants, le niveau de stress vécu au quotidien leur donne l'impression de ne plus rien comprendre ou de ne plus rien retenir des enseignements théoriques qu'ils reçoivent au cours de leur formation comme le soulignent les propos suivants « face au poids de la charge de travail de cette année, très souvent je suis stressée et j'ai mal à la tête, du coup je n'arrive plus à bien assimiler les connaissances et même à bien analyser les informations. J'ai l'impression de n'être plus capable de réfléchir de manière critique, surtout dans les cours d'hérédité en science de la vie » ou encore « à deux mois et demi de l'examen de fin de formation, je me sens déjà épuisé, ma mémoire n'arrive plus à rien retenir.

Cet examen me stress au point où j'ai la sensation d'avoir une barrière mentale qui m'empêche de réfléchir clairement ». Cette catégorie d'élèves souffre du stress chronique, ils se sentent constamment menacés et perturbés, du coup leurs facultés cognitives perdent leur dynamisme et leur efficacité. Selon Schwabe et al. (2010) le stress peut également impacter les processus cognitifs d'un point de vue qualitatif. Allant dans le même sens Lormant (2018) affirme que le stress chronique altère le fonctionnement de la mémoire. Pour lui, le stress a, d'une façon assez générale, un effet délétère sur la mémoire hippocampo-dépendante comme la mémoire spatiale.

À côté de cette catégorie de stressé, nous avons une autre catégorie de répondants pour qui le stress vécu impacte sur le développement de leurs compétences pédagogiques eu égard aux difficultés qu'ils rencontrent lors de la présentation de leurs travaux devant leurs camarades et l'enseignant. Les compétences pédagogiques sont un ensemble de savoir-faire et de geste qu'un enseignant doit disposer et poser. Cette compétence renvoie à la capacité à planifier et à organiser les cours de manière efficace, à gérer une classe et à créer un environnement d'apprentissage positif, à la capacité à utiliser les stratégies d'enseignement et d'apprentissage variées et adaptées aux besoins des élèves et à la capacité à évaluer les progrès des élèves et ajuster son enseignement en conséquence.

Les propos suivants illustrent à suffisance cet impact négatif du stress sur le développement des compétences pédagogiques des élèves-professeurs « je n'arrive toujours pas à organiser et à planifier mes cours de chimie en tenant compte de mes objectifs. Ce stress me bloque parfois au point où souvent je ne parviens pas à réfléchir et à présenter ma leçon (mon travail personnel) correctement devant mes propres camarades » ou plutôt « le stress me fait parfois me sentir comme si j'étais incapable de gérer ma classe de manière efficace. Cela m'est arrivée lorsque je présentais ma leçon au cours de didactique et même lors de la présentation de mon TPE de géographie.

Je me sens souvent comme si j'étais incapable de maintenir l'ordre et de faire respecter le contrat pédagogique préalablement établi avec mes élèves », ou encore « le prof nous a montré plusieurs stratégies pour enseigner l'allemand, seulement lorsque je preste, le stress fait j'oublie toutes les méthodes et me focalise sur une seule, et le prof me critique en disant que cette seule méthode ne permettra pas à mes élèves de développer leurs compétences en conversation, en lecture et en écriture ». Comme nous pouvons le remarquer, face à un stress de degré élevé, les élèves professeurs qui en sont victimes ont des difficultés à s'adapter à l'enseignement et à développer les compétences nécessaires à la pratique de leur futur métier. Ce résultat est conforme à cette affirmation de Favre (2014) pour qui toute situation qui demande de s'adapter, de changer est source de stress et d'anxiété, c'est un peu le « prix biologique » des apprentissages.

Le développement des compétences de créativité est l'un des thèmes récurrents dans les réponses des élèves professeurs interrogés. En effet pour près de 12% des élèves-professeurs interrogés qui subissent le stress négatif se sentent incapables de développer des solutions innovantes pour résoudre des problèmes ou mettre en œuvre des projets créatifs, comme l'illustre les propos suivants « je suis stressé à l'idée de devoir concevoir un logiciel qui pourra aider à exécuter certaines tâches de façon automatique. C'est comme si je n'arrive pas à imaginer et à créer une solution innovante. Bref je n'arrive pas à réfléchir de manière créative ». Ainsi présenté le stress aigu est un frein à la créativité chez certains élèves car il a un effet

sur la maturation et le fonctionnement de plusieurs structures cérébrales qui jouent un rôle clef dans les apprentissages comme l'hippocampe pour la mémorisation à long terme, le lobe frontal pour le raisonnement et la détection des erreurs et l'amygdale pour le raisonnement et le ressenti des émotions.

Stratégies de gestion du stress mises en place par les victimes pour y faire face

Pour réduire les effets du stress négatifs dont ils sont victimes, les élèves-professeur de l'ENS de Bertoua, adoptent une diversité de stratégies à l'instar de la détente active, du soutien social et du travail cognitif. La quasi-majorité des victimes du stress aigu disent trouver refuge quand ils se sentent sous pression dans la pratique des activités de détente et de relaxation. Les propos de cet élève-professeur sont très explicites à ce sujet « mes activités chasse- stress préférées sont le repos ou la détente avec des amis (petite balade) et la participation à une séance d'entraînement de football ». Les stressés chroniques de cette étude eux préfèrent plus chasser leur stress auprès des soutiens sociaux. Ils reçoivent de leur famille, de leurs amis ou d'un guide spirituel extérieure des conseils et des appuis divers qui les aident à retrouver leur stabilité émotionnelle fusse-ce pour un temps plus ou moins long. Une autre catégorie de stressés (stress lié à la pression des attentes) pour faire face aux effets dangereux du stress, choisi faire recours au travail cognitif. Pour ce faire, ils développent des stratégies d'apprentissage efficaces et prennent des risques calculés.

Conclusion

Il était question dans cette recherche d'identifier les principaux types de stress qui affectent les élèves en milieu scolaire, d'analyser leurs effets sur les rendements scolaires et d'identifier les (types de) stratégies que ces élèves-professeurs adoptent pour faire face au stress et aux émotions négatives qu'ils ressentent. Les résultats obtenus font état de ce que les élèves-professeurs interrogés souffrent de trois principaux types de stress, à savoir le stress lié à la charge de travail, le stress lié aux examens et aux évaluations ; et le stress lié à la pression des attentes. Ces différents stressés ont une incidence négative sur le rendement scolaire de ces élèves notamment en ce qui concerne le développement des compétences cognitives, le développement des compétences pédagogiques et le développement des compétences de créativité.

Pour faire face à ces différents types de stress qui se manifestent par les maux de tête permanent, les difficultés de mémorisation et de concentration, l'incapacité pour le cerveau à réfléchir de manière critique ou à innover, les problèmes d'attention, de stabilité mentale etc, les élèves-professeurs de l'école normale supérieure de Bertoua adoptent une diversité de stratégies à l'instar de la détente active, du soutien social et du travail cognitif. Cependant pour des pratiques éducatives plus efficaces, il serait plus intéressant que les élèves stressés adoptent la méthode de la restructuration cognitive en essayant de modifier leur perception de la situation stressante en lui donnant une dimension plus positive, ils peuvent aussi pratiquer la relaxation, les exercices physiques, et la respiration profonde.

Les enseignants et les parents doivent aider les élèves à mieux s'organiser et à planifier leurs activités scolaires, ils doivent leur donner des conseils sur les bienfaits du sommeil, d'un repos alterné entre les moments de l'étude (espacement des phases

d'apprentissage), l'activation régulière des neurones (pratiquer régulièrement et faire remonter les informations à la mémoire par exemple en cherchant à expliquer une idée ou son cours à quelqu'un ou essayer de répondre à un quiz) et sur la nécessité à développer une santé émotionnelle et la résilience dans les études malgré les pressions, les inquiétudes et les difficultés liées à leur formation. Les enseignants doivent par ailleurs éviter de stresser les apprenants avec des leçons interminables de longue durée, un trop plein de travaux personnels à faire, et la course vers l'achèvement des programmes au détriment de la compréhension et du développement des compétences, car ces pratiques altèrent le fonctionnement du cerveau et amenuisent les possibilités d'apprentissage.

Références bibliographiques

- Alter, R. (2012). *Les leçons sur le stress. Apprenons à vivre avec le stress*. La fondation de psychologie du Canada.
- Bardin, L. (1977). L'horoscope d'un magazine : une analyse de contenu. *Communication & Langages*, 34(1), 79-93.
- Bavoux, P. (2010). Enquête réalisée par Trajectoire-Groupe Reflex auprès de 760 enfants, primaire et collège, suivis par un étudiant de l'AFEV.
- Favre, D. (2014). Stress et apprentissage. *Animation et éducation*, 238.
- Gavard-Perret, M-L., Gotteland, D., Haon, C. et Jolibert, A. (2012), *Méthodologie de la recherche en sciences de gestion. Réussir son mémoire ou sa thèse*.
- Kazimi, M. (2019). *Perception et stratégies face au stress scolaire chez les élèves du cycle III*. Master of Arts en enseignement pour le degré secondaire I. Université de Fribourg.
- Kromann, C. B., Jensen, M. L. & Ringsted, C. (2010). Stress and learning. *Medical éducation*, 44, 950-952.
- Lhote, C. (2021). *Stress et méthodes d'évaluation à l'école*. Education.
- Lormant, F. (2018). Effets du stress chronique sur les systèmes de mémoire et la neurogenèse chez la caille japonaise : influence de l'émotivité. Thèse soutenue. Université de Tours.
- Paillé, P. et Mucchielli, A. (2012). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*. Armand Colin.
- Schwabe, L., Wolf, O.T., Oitzl, M.S., (2010). Memory formation under stress: Quantity and quality. *Neurosci. Biobehav*, 34, 584-591.
- Wolf, O.T. (2008). The influence of stress hormones on emotional memory: relevance for psychopathology. *Acta Psychol*, 127, 513-531.

Biographie des auteurs

Batikalak Serge-André est titulaire d'un Doctorat en Sociologie obtenu à l'Université de Yaoundé 1. Il est diplômé de l'Ecole Normale Supérieure de Yaoundé (DIPES II en Langues et cultures camerounaises. Auteur de plusieurs publications, il est enseignant et Chef de Département des Enseignements fondamentaux en éducation à la Faculté des Sciences de l'Education de l'Université de Garoua. Ses centres d'intérêt scientifique tournent autour de la Sociologie de l'éducation et plus précisément sur les questions de Gouvernance associative universitaire, de jeunesse et citoyenneté, de violences en milieux scolaires, des pratiques d'études, de l'enseignement des langues maternelles.

Bebey Bougna Lydienne Hilda est Psychologue de la cognition et des apprentissages. Depuis 6 ans, Psychologue en milieu scolaire inclusif à *Dewey International School of Applied Sciences* où elle est chargée du suivi psychologique de tous les apprenants ; de l'évaluation des capacités académiques, de l'évaluation et du développement des intelligences, et du développement des apprenants (évaluation psychologique). Diagnostic des styles d'apprentissage et des difficultés d'apprentissage. Médiatrice parents-élèves-enseignants. Responsable du projet de coaching scolaire. Responsable du projet pour les élèves à risque d'échec scolaire. Suivi des élèves à besoins éducatifs spéciaux et préparation psychologique aux examens. Par ailleurs, elle est Candidate au doctorat Phd en Psychologie cognitive à l'Université de Douala. Promotrice de *Mental Health in All Domains Association*. Membre de la Société Camerounaise de Psychologie. Membre du Comité transitoire de l'ordre national des psychologues du Cameroun. Consultante au CENTREPSYS. Membre de la CPA (Cameroon psychological Association), Responsable Communication de l'Association Opsycours, membre du Laboratoire de Psychologie et des Sciences du Comportement, membre du Laboratoire de Psychologie cognitive (Université de Douala).

Boukar Margaza, est né vers 1977 à Pouss, arrondissement de Maga, département du Mayo Danay dans l'Extrême-nord Cameroun. Il fait ses études respectivement à l'école primaire de Pouss, au Lycée de Maga et au Lycée bilingue de Maroua puis à l'Université de Ngaoundéré, sanctionnées par l'obtention d'un CEPE, d'un baccalauréat A4 et d'une License en Droit à la Faculté des Sciences juridiques et politiques. En 2008, il est admis à l'ENS de l'Université de Maroua, et y obtient le diplôme de Conseiller d'Orientation scolaire, universitaire et professionnel (DIPCO). Dans la même Université, il obtient le Master II en 2012, puis le Doctorat Ph. D en Sciences de l'Education en 2024. Au plan professionnel, après sa sortie de l'ENS en 2010, il sert au Lycée de Widikum dans la région du Nord-Ouest du Cameroun. Entre 2013-2024, il occupe le poste de Conseiller régional de Pédagogie chargé du bilinguisme à la Délégation régionale de l'éducation de base de l'Extrême-nord à Maroua. Depuis le 08 octobre 2024, il est Assistant (Enseignant-chercheur) au département de Philosophie et de Psychologie de la Faculté des Arts, Lettres et Sciences Humaines (FALSH) de l'Université de Maroua, Cameroun. Il a conduit plusieurs consultations au profit des Nations-Unies et des Organisations Non Gouvernementales sur des domaines des recherches variées : éducation et paix et sécurité pour la prévention de l'extrémisme violent dans le bassin du lac Tchad.

Chaffi Cyrille Ivan est Psychologue de l'Education, titulaire d'un Ph.D en Psychologie de l'Education obtenu à l'Université de Yaoundé I. Il est Maître de Conférences, à la Faculté des Sciences de l'Education de l'Université de Yaoundé I. Il est actuellement Chef de Département des Sciences de l'Education, de l'Ecole Normale Supérieure de Yaoundé. Ses travaux de recherche portent des questions de Management de l'éducation, d'accompagnement scolaire, d'inclusion scolaire, des drogues et violences en milieu scolaire, de réinsertion des ex-détenus mineurs et sur les injonctions pédagogiques padoxales. C'est à ce titre qu'il est impliqué depuis plus d'une décennie dans des projets en relation avec l'éducation avec les ministères de tutelle et les Organisations non Gouvernementales. Il est en outre membre du comité scientifique de plusieurs sociétés savantes. Il a son actif, plusieurs articles publiés en rapport à ses orientations de recherche et deux ouvrages.

Chandel Ebale Moneze est Diplômé des universités du Cameroun, Gabon et de la France Docteur nouveau régime de l'université de Provence dans la spécialité psychologie, Enseignant depuis plus de 3 décennies. Professeur hors échelle Spécialiste des représentations sociales il a publié une trentaine d'articles, 1 opuscule et 2 livres. Il a été Chef de Département de Psychologie à l'Université de Yaoundé 1 de Juin 2021 à Novembre 2024. Par ailleurs, il a occupé le poste de Sous-Directeur au Ministère de la Promotion de la Femme et de la Famille de 2011 à 2019. Sur le plan honorifique il est chevalier de l'ordre national de la valeur.

Maingari Daouda, psychopédagogue, Professeur titulaire en sciences de l'éducation. Enseignant à l'Ecole normale supérieure de Yaoundé et Chef de Département de curricula et évaluation à la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université de Yaoundé 1. Auteurs de nombreux travaux en éducation, il a été Conseiller Culturel à l'Ambassade du Cameroun en Belgique.

Demgne Sidoline est titulaire d'un Doctorat PhD en Sciences de l'Éducation obtenu à l'Université de Yaoundé 1 et Enseignante-Chercheuse Associée à l'Université de Bertoua. Elle se consacre à façonner l'avenir de l'éducation. Enseignante à l'École normale d'instituteurs de l'enseignement général de Mbalmayo au Centre du Cameroun, elle met son expertise au service d'une éducation de qualité, inclusive et ouverte sur le monde. Ses recherches approfondies sur la formation des enseignants visent à créer des environnements d'apprentissage stimulants et à former des professionnels capables de relever les défis de la diversité. Guidée par la conviction que l'éducation est la clé du développement, Demgne Sidoline explore des pistes innovantes pour rendre l'apprentissage accessible à tous, et ce, dans un esprit d'inclusion et d'ouverture sur le monde. Ses travaux pourraient avoir un impact profond sur les pratiques pédagogiques et les politiques éducatives, contribuant ainsi à façonner un avenir meilleur pour les générations futures.

Djakba Albert fut instituteur et a poursuivi des études supérieures pour devenir Professeur d'Ecole Normale d'Instituteurs puis Doctorant en sciences de l'éducation à l'Université de Maroua. Son parcours met en valeur la passion pour l'apprentissage. Il s'est consacré à offrir une éducation de qualité à ses apprenants. Cependant, il a remarqué plusieurs de ses élèves adolescents faire la prison pour des petits larcins et y ressortir comme des grands criminels. Il s'est posé la question de savoir comment faire pour réduire l'incarcération et la récidive des mineurs ? D'où son intérêt à écrire ce livre.

Dague Abraham est Instituteur, chercheur et écrivain tchadien, reconnu pour son engagement en faveur de l'amélioration du système éducatif au Tchad. Né le 1er janvier

1990 à Tifoul/Fianga, il œuvre pour l'intégration des Technologies de l'Information et de la Communication (TIC) et de l'Intelligence Artificielle dans l'éducation, convaincu de leur impact sur le développement du pays. Diplômé en sciences de l'éducation, il obtient un Master en Curricula scolaires et Didactique de l'Éducation à l'Université de N'Djamena, explorant les dispositifs didactiques et leur influence sur la qualité de l'enseignement. Chargé d'Étude et de Partenariat au Cabinet ACRESIF Consulting, il coordonne également le Centre de Formation en Informatique de base et Prestation (CFIBAP). Auteur de plusieurs ouvrages et articles sur les TIC et la pédagogie, il publie notamment *Réforme éducative et TIC et Éducation et Numérique au Tchad*. Ses romans, comme *Étudiant de la Bourrasque, entre ombre et lumière ainsi que Odyssée de la famille pasteur*, reflètent son engagement pour les thématiques éducatives et sociales. Formateur et consultant, il travaille à promouvoir les outils numériques auprès des écoles tchadiennes, affirmant ainsi son rôle clé dans l'évolution du paysage éducatif du pays.

Daïbe Jermias, jeune camerounais dynamique, originaire de la région de l'Extrême-Nord, issu du peuple du Département de Mayo-Kani est un chercheur dans le domaine de la psychologie cognitive et des apprentissages. Titulaire d'un Master et d'un Doctorat Ph.D en Psychologie Cognitive obtenu à l'Université de Douala, Dr Daïbe Jermias est aussi détenteur d'un CAPIEMP, obtenu à l'ENIEG Bilingue de Douala. Sa détermination à mieux acquérir des compétences se laisse transparaître dans son style de collaboration mesuré par son écoute attentive et son sens critique. Il s'intéresse à la problématique de la gestion des processus attentionnels sélectifs en situation de tâche d'apprentissage collaboratif en vue d'optimiser le niveau d'efficacité cognitive des apprenants. Cette thématique de la neuropsychologie s'attache fortement aux différentes stratégies de la remédiation cognitive. De sa formation initiale de psychologue, il est actuellement chargé des Travaux Dirigés à la Faculté des Sciences de l'Éducation de l'Université de Garoua et par ailleurs Enseignant vacataire au Département de philosophie et Psychologie dans la même institution universitaire.

Esuan Biyon Marie Laurence Camerounaise, ancienne élève du lycée d'Akwa-nord où elle a obtenu son baccalauréat A4ALL, et étudiante de la Faculté des Lettres et des Sciences Humaines (FLSH) de l'université de Douala où elle a obtenu la licence en Histoire, Marie Laurence ESUAN BIYON a par la suite entrepris des études universitaires à l'Ecole Normale Supérieure de l'Enseignement Technique (ENSET) de Douala. Munie d'un diplôme de Professeur des Lycées d'Enseignement Techniques (DIPET 2), elle sera successivement affectée au lycée technique de Ndikinimeki, au lycée technique de Douala-Bassa et enfin au lycée technique de Nkongsamba où elle y est actuellement en tant qu'enseignante permanente. Elle a également été enseignante vacataire à l'ENSET de Douala, et dans les écoles de formation telles que INFOPRO La Référence de Nkongsamba et le Centre de Formation aux Métiers de Nkongsamba. Grâce à son diplôme (DIPET 2), elle poursuit ses études à l'Université de Douala au département de Psychologie où elle obtient un master 2 en Psychologie option Psychologie Cognitive. Mme Marie Laurence ESUAN BIYON est actuellement doctorante au département de Psychologie à l'Université de Douala.

Guibaï Ernest est un psychologue social et urgentiste, expérimenté en santé Mentale et Soutien Psychosocial (SMSPS) en situation de crise. Par ailleurs, il est le coordonnateur de l'organisation humanitaire Action Contre la Pauvreté (ACP). En tant que coordonnateur de cette organisation, il a mis en place des programmes innovants visant à améliorer les conditions de vie des personnes touchées par la pauvreté. Il continue aujourd'hui son combat pour un monde plus juste et solidaire, en mettant ses

compétences au service des plus démunis et en sensibilisant le public aux enjeux humanitaires.

Haman Palai Vincent est un universitaire camerounais spécialisé dans les sciences de l'éducation, notamment dans le domaine de l'inclusion scolaire. Actuellement Doctorant et Enseignant-Chercheur Associé à l'Université de Garoua, il mène des recherches approfondies sur les approches pédagogiques innovantes et contribue à l'avancement des connaissances dans son domaine. Sa passion pour l'éducation et son engagement en faveur de l'inclusion font de lui un acteur important dans le développement de pratiques éducatives plus équitables et accessibles, inspirant les futures générations d'enseignants et de chercheurs.

Hassana Sali Gombo est un chercheur et enseignant spécialisé en psychologie du développement de l'enfant. Titulaire d'un Master obtenu à l'Université de Maroua et du Diplôme de Professeur de l'Enseignement Normal (DIPEN II) délivré par l'Ecole Normale Supérieure de Maroua, il exerce dans l'Extreme-Nord du Cameroun, notamment à Kousseri, où il développe une expertise sur l'interaction entre vécu émotionnel, vulnérabilité contextuelle et processus d'apprentissage. Il est co-auteur de l'article « *Vécu de l'extrémisme violent et développement émotionnel des adolescents d'Afadé dans l'arrondissement de Makary, Cameroun* », publié dans l'ouvrage collectif « Les Enfants fragiles du bassin du lac Tchad ». Il a également soumis pour évaluation un article scientifique intitulé « *Stratégies pédagogiques et intégrations des émotions dans l'apprentissage des adolescents de Kousseri* », qui explore les implications pédagogiques de l'intelligence émotionnelle dans un contexte scolaire exposé à l'insécurité et aux stress multiples. Ses recherches s'inscrivent à la croisée des neurosciences affectives, de la psychologie et des sciences de l'éducation.

Ibrahima Baba est Conseiller d'Orientation et Doctorant en Sciences de l'Éducation à l'Université de Maroua. Par ailleurs, il exerce les fonctions d'Administrateur de l'Éducation, ce qui lui a permis de développer une expertise reconnue dans le domaine de la recherche éducative. En effet, son engagement professionnel se distingue par une implication active dans l'accompagnement et la formation des enseignants du secondaire, notamment en contexte de mutations pédagogiques et technologiques. Ainsi, il investit pleinement dans la réflexion et la mise en œuvre de dispositifs visant à améliorer la qualité de l'enseignement. Ses travaux de recherche s'articulent principalement autour de la planification de l'éducation, un champ qu'il explore en tenant compte des dynamiques actuelles du système éducatif. De ce fait, il accorde une attention particulière au développement des compétences tant chez les enseignants que chez les élèves, en lien avec les technologies émergentes. Dans cette perspective, son objectif est de contribuer à l'amélioration des résultats scolaires en proposant des approches innovantes intégrant les technologies numériques dans les pratiques pédagogiques. Sa démarche scientifique vise à concilier rigueur académique et utilité pratique pour répondre aux défis contemporains de l'éducation.

Mahamat Alhadji est un chercheur et universitaire camerounais reconnu pour son expertise en didactique. En tant que Maître de conférences, il occupe actuellement le poste de Vice-Doyen de la Faculté des Sciences de l'Éducation à l'Université de Garoua. Il détient également l'Habilitation à Diriger des Recherches (HDR), ce qui témoigne de son niveau d'expertise et de sa capacité à encadrer des travaux de recherche avancés. Sa passion pour la didactique maternelle se reflète dans son dernier ouvrage sur ce sujet, où il explore les méthodes pédagogiques adaptées aux jeunes apprenants. Ce livre

s'inscrit dans une volonté d'améliorer les pratiques éducatives et d'enrichir la formation des enseignants.

Makadji Étienne Aquilas est Doctorant en Psychologie et Enseignant Chercheur Associé à l'École Normale Supérieure de l'Université de Maroua. Dans ses recherches, il s'intéresse à la PNL. Il explore comment les enseignants peuvent utiliser les principes de la PNL pour créer un environnement d'apprentissage positif, motiver les élèves et favoriser leur réussite scolaire.

Manekeng Nguinpea Audrey Larissa, est doctorante en éducation spécialisée, titulaire d'un Master en Education spécialisée, obtenu au Département d'Education Spécialisée de la Faculté des Sciences de l'Education de l'Université de Yaoundé 1. Ses travaux de recherche portent sur le Handicap, notamment sur le Handicap Mental et les interventions comportementales, avec une orientation sur les troubles du spectre autistiques (TSA).

Mamtsai Yagai est doctorant en sociologie du développement à l'Université de Maroua. Il participe depuis 2015 à l'élaboration et à la mise en oeuvre des stratégies et projets humanitaires, de développement et de consolidation de la paix dans la région de l'extrême-Nord du Cameroun, y compris en conduisant des recherches sur la réintégration des personnes anciennement associées à Boko Haram, parmi lesquelles les enfants.

Méda Anissé Domètiéro est mon nom. Né à Niégo, une commune rurale de la province du Ioba (région du Sud-ouest), nous y avons fréquenté l'école primaire catholique où nous avons obtenu le Certificat d'Études Primaires (CEP) en 1991. Nous avons poursuivi nos études postprimaire et secondaire au Petit Séminaire Saint Tarsicius où nous avons obtenu le Brevet d'Études Premier Cycle (BEPC) et le Baccalauréat respectivement en 1996 et 1999. Quant aux études supérieures, nous avons fait un cycle de philosophie fondamentale et de théologie dogmatique au Grand Séminaire Saint Pierre Saint Paul de Ouagadougou (1999-2002) avant d'embrasser les études de psychologie, à l'Université Joseph Ki-Zerbo de Ouagadougou. Dans ce département, nous avons pu obtenir, en 2005, la licence et un Certificat C2 de Maîtrise de psychologie, en 2006, option développement et éducation. C'est, enfin, en 2022-2024 que nous nous sommes inscrit en master de psychologie. Nous préparons notre soutenance pour cette année 2024-2025. Sur le plan professionnel, nous exerçons le métier d'éducateur en tant que professeur certifié de philosophie depuis 2008. Comme activités extrascolaires, nous avons été, pendant six ans, animateur de projets scolaires (au nombre de trois) sur la citoyenneté mondiale en lien avec des collègues et des apprenants européens. Nous avons, par ailleurs, écrit deux œuvres parues en 2020, une sur *Le goût de la philosophie africaine*, et l'autre, sur les *Citations et maximes d'Afrique*.

Mbezele Levodo Germain est Doctorant en Sciences de l'Éducation à l'Université de Maroua. Il exerce en tant qu'enseignant associé à l'École Normale Supérieure de Maroua, un établissement d'élite chargé de la formation des professionnels de l'éducation et reconnu pour la qualité de son enseignement et de sa recherche. Administrateur de l'éducation, il s'investit activement dans l'accompagnement et la formation des enseignants au sein du système éducatif camerounais. Ses travaux de recherche s'articulent principalement autour de la planification de l'éducation, avec un intérêt particulier pour la gestion de la carrière des enseignants et le développement de leurs compétences professionnelles. Son objectif est de contribuer à l'amélioration des

résultats dans le processus enseignement-apprentissage, en proposant des approches innovantes et adaptées aux défis actuels du secteur éducatif.

Ngazagai Kelaï Maximilien, né le 20 août 1997 à Soulédé, est enseignant en psychologie et professionnel de la formation en santé basé à Maroua, Cameroun. Depuis novembre 2024, il occupe le poste de Surveillant Général à l'École de Formation aux Métiers de la Santé (EFMS) de Maroua, où il coordonne également les formations des Aides-Soignants Généralistes à l'EFMS et à l'Institut de Formation de Santé (IFS). Depuis octobre 2022, il est coordonnateur de la filière Technicien en Imagerie Médicale (TIM) à l'IFS. Titulaire d'un Master 2 en Psychologie et d'un diplôme de Professeur de l'Enseignement Normal de l'École Normale Supérieure de Maroua, il enseigne la psychologie appliquée à la santé ainsi qu'au développement de l'enfant. Engagé dans la recherche, il maîtrise les méthodologies de recherche et les outils informatiques spécialisés, notamment SPSS. Membre actif de la Société des Psychologues du Cameroun (SOCAPSY), il participe régulièrement à des formations continues. Sa pratique professionnelle est guidée par des valeurs éthiques rigoureuses, un esprit d'équipe, et une volonté constante d'innover dans la pédagogie.

Ngouet Marie Claire est titulaire d'un Doctorat en psychologie option psychologie sociale de l'Université de Yaoundé 1. En tant que chercheuse au département de psychologie de cette même université, plus précisément au laboratoire de psychologie expérimentale, elle mène des recherches approfondies sur les comportements humains et les dynamiques de groupe. Sa thèse, intitulée "Représentations sociales de la formation continue et réactance aux normes en vigueur chez des instituteurs", explore les aspects psychosociaux de la formation continue. Parallèlement à ses activités de recherche, elle enseigne à l'ENIEG de Mbalmayo depuis 2013. Ngouet Marie Claire possède également plusieurs diplômes professionnels, notamment un Diplôme d'État d'assistant principal des affaires sociales (2003) et un Diplôme de Professeur de l'enseignement 2e grade (2010). Passionnée par la psychologie cognitive et sociale, elle s'efforce de comprendre les comportements humains et de contribuer à l'avancement des connaissances dans son domaine.

Nyebe Lydie Florence est Doctorante en Sciences de l'Éducation à l'Université de Maroua et Professeur d'Écoles Normales d'Instituteurs. Dans ses recherches, elle s'intéresse à l'encadrement socio-éducatif des détenus et cherche à obtenir des informations sur l'impact de cet encadrement sur la réinsertion socio-économique des ex détenus et le désistement criminel pour réduire le phénomène de récidive qui augmente de plus en plus au Cameroun.

Ntjam Marie-Chantal est une psychothérapeute intégrative et Maître de Conférences en psychologie clinique à l'Université de Douala, spécialisée dans la clinique du handicap, la périnatalité et les soins ancestraux. Par ailleurs, elle est Cheffe de Département de Psychologie à l'Université de Douala. Elle combine différentes théories et méthodes pour offrir une prise en charge globale et personnalisée à ses patients, avec un intérêt particulier pour les populations vulnérables. Ses recherches portent sur les questions de santé mentale, de bien-être et de développement personnel.

Rasmata Bakyono née Nabaloum est Maître de Conférences du CAMES en psychologie, enseignante-chercheuse à l'université Joseph KI-ZERBO (Ouagadougou, Burkina Faso). Elle a fait carrière dans l'administration universitaire ainsi que dans l'administration centrale, au niveau national et international. De juillet 2019 à février 2021 : Directrice Générale du Centre National des Oeuvres Universitaires (CENOU). De

mars 2018 à juin 2019 : Directrice des Bourses et des Aides Financières, au Centre national de l'information, de l'orientation scolaire, professionnelle et des bourses (CIOSPB). De Septembre 2012 à Octobre 2017 : Conseillère Culturelle à l'Ambassade du Burkina Faso en France où je cumule cette fonction avec celle de Directrice du Centre de Gestion des Etudiants Burkinabè en France. De 2009 à juillet 2012 : Directrice Adjointe de l'UFR/Sciences Humaines, à, l'Université de Ouagadougou, Burkina Faso et d'avril 2008 à septembre 2009, Chef de Département de Philosophie et de Psychologie à l'UFR/Sciences Humaines, Université de Ouagadougou, Burkina Faso. Auteure et co-auteure de nombreux articles scientifiques et ouvrages dont on peut citer Socio-psychologie de l'éducation des adultes en Afrique co-écrit avec le Pr Afsata PARE KABORE de l'Université Norbert ZONGO, sous l'égide de l'UIL-UNESCO. Elle prend plaisir à contribuer à la réflexion sur des sujets d'intérêt dans le domaine de l'éducation, de la formation et de l'orientation scolaire et professionnelle, etc. Elle anime annuellement de nombreuses conférences à la demande d'institutions, d'associations, d'établissements sur de nombreux sujets. Elle s'efforce de travailler à la diffusion de la connaissance psychologique en participant à des émissions radio et télé sur des sujets d'intérêt national.

Sabine Bahane, née le 06 janvier 1994 à Tokombéré, originaire du Mayo-Danay est Doctorante en Histoire Politique et des Relations Internationales et Elève-Professeur en Technologie de l'Information et de la Communication (TIC) à l'Université de Maroua. Elle est par ailleurs, la Coordinatrice de l'Association Camerounaise pour le Développement Durable (ACADD). Elle consacre sa carrière à étudier la problématique du Développement socio-économique en mettant l'accent sur le développement durable à l'échelle locale et à enseigner les Technologies de l'Information et de la Communication. Elle estime qu'un développement durable local est le résultat de la synergie des forces des élites et de la société. La faible croissance économique et du développement local est due à la non formation du capital humain, qui est définie comme l'ensemble des compétences et des connaissances acquises par les individus au cours de leur vie.

Tchived Felix est un écrivain, cinéaste et leader de la société civile camerounaise, diplômé en anthropologie visuelle de l'Université de Maroua. Il poursuit actuellement un Master Erasmus Mundus Joint Master Degree (EMJMD) intitulé *Choreomundus - International Master in Dance Knowledge, Practice and Heritage*, au sein de quatre institutions prestigieuses : l'Université Norvégienne de Science et Technologie (NTNU), Trondheim, Norvège ; l'Université Scientifique de Szeged (SZTE), Hongrie ; l'Université Clermont Auvergne (UCA), France (coordinatrice) ; et l'Université de Roehampton (UR), Londres, Royaume-Uni. Passionné par les arts, la culture et les problématiques sociales, il utilise ses talents pour initier des dialogues et sensibiliser les communautés à travers des projets créatifs et innovants.

Wamba André est anthropologue de la santé (Ph.D), Université de Montréal, Montréal, Québec, Canada) et éducateur à la santé (Ph.D, Université de Genève, Genève, Suisse). Sa programmation d'enseignement et de recherche prend appui sur l'anthropologie de la santé pour aborder les problèmes fondamentaux de l'éducation à la santé, où la promotion de la santé et la prévention des maladies en sont un enjeu majeur de santé publique. Il enseigne la méthodologie de recherche à l'École normale supérieure de Yaoundé au Cameroun.

Pour

Guiguess Editions
Face l'hôtel de Ville,
Moulvoudaye – Cameroun
Septembre, 2025

